



Instrucciones de Ayuno para Pruebas de Laboratorio (8–12 horas)

¿Cuánto tiempo debo ayunar?

Si su proveedor no especifica cuánto tiempo debe ayunar, se recomienda ayunar de 8 a 10 horas antes de la extracción de sangre. No ayune por más de 14 horas a menos que se le indique específicamente hacerlo.

Si tiene dudas sobre si necesita ayunar, puede llamar al Laboratorio al (970) 463-6180. ¡Cualquier miembro de nuestro personal estará encantado de ayudarle!

Pruebas comunes que requieren ayuno:

- Perfil de lípidos (colesterol y triglicéridos)
- Glucosa en ayunas
- Panel Metabólico Completo (CMP) – El ayuno NO siempre es requerido
- Prueba de insulina

Lo que puede consumir durante el ayuno:

- Agua simple (¡recomendado!)
- Agua para tomar medicamentos (a menos que se indique lo contrario)

Lo que debe EVITAR:

- Alimentos de cualquier tipo
- Café (incluyendo café negro)
- Té
- Jugo
- Refrescos o bebidas energéticas
- Leche o crema
- Alcohol
- Chicle o mentas
- Fumar o vapear (si es posible)

Instrucciones sobre medicamentos:

- Continúe tomando sus medicamentos a menos que se le indique lo contrario.
- Si usa insulina o medicamentos para la diabetes, comuníquese con su proveedor antes de ayunar.
- No suspenda medicamentos importantes sin consejo médico.

Instrucciones para pacientes con diabetes:

- Controle su nivel de glucosa según las indicaciones.
- Traiga tabletas de glucosa o un refrigerio para comer después de la extracción de sangre.
- Informe al personal del laboratorio si se siente mareado, tembloroso o mal.

Si accidentalmente come o bebe algo:

Si consume algo que no sea agua durante su período de ayuno, comuníquese con el laboratorio o con su proveedor de atención médica para determinar si la prueba debe posponerse.